Recovery Kernel

Àkọsílẹ̀ Àkọsí (Boundary Guide)

US Master | Final Consolidated | Àkójọpọ̀ Tí Wọ́pọ̀ | Ìṣẹ́ 1:1 Tí Kò Lóògbò

Ifẹ̀wọ̀wọ́ àkọsílẹ̀ Èdè Kanóníkì fún ìtumọ̀ àti ìṣe-àtúnṣe ní ilé-ìwòn.

Ìdí. Ìgbóyèwò yìí ń ràn àwọn olùṣọ́jú láti gbé ìparí tí ó dára àti ètọ́ ní ilé-ìkọjá Recovery Kernel. Ó ṣe àkọsílẹ̀ bí a ṣe lè pe ìfọwọ́sowọ́pọ̀, agbára, iye ìgbésẹ̀, àti ìdáhùn láìṣe ẹni, láìgbé èrò nínú ẹni, tàbí láti mú ilé náà di iṣẹ́ ìkópa tí kò ní ìṣàkóso.

Àkọsílẹ̀ pipeline. Àkójọpọ̀ àkọsílẹ̀ àti orúkọ àkójọpọ̀ ni pé wọ́n ṣètò láti dá wọn lẹ́yìn. Lo àkọ́kọ̀wọ́ wọnyi bí àkọ́kọ̀wọ́ fún parser, ìlànà sí èdè mìíràn, àti àkọsílẹ̀ ìgbádùn.

Àkọsílẹ̀ Àkọsílẹ̀

#	Ètò Akọlé	Àkọlẹ̀ Kí
1	Kí ni ìparí?	Kí ni ìparí?
2	Kí ló ṣe pàtàkì láti ní ìparí?	Kí ló ṣe pàtàkì láti ní ìparí?
3	Kí ló ní lè gbìyùmọ̀	Àwọn ìparí tó lè gbìyùmọ̀
4	Ìṣẹ́-ìṣe ti Àtẹ̀wọ̀n (Facilitator)	Èmi tí ó ṣiṣẹ́ ní ìrànlọ́wọ́
5	Bá wo ìdánilójú àyà ìpinnu.	Bá ṣe lè ṣàkọ̀kan ìdánilójú àti ìdánilójú nípa ìbẹ̀rẹ̀.
6	Bá ṣe èdè nípa ìtumọ̀?	bá ṣe èdè ìtumọ̀
7	Gẹ́gẹ́ ètò / Nǹkan kan pẹ̀lú ara ẹni	gẹ́gẹ́ sí ilé vs. ẹni kan
8	Àkúnlẹ̀	àkúnlẹ̀
9	Ohun tí ó kò dára láti ṣe	kí ló kò dára láti ṣe

Kí ni ìparí?

Ìparí kìí ṣe ìdánilẹ́, ìgbadùn fún ìdí rẹ̀ nìkan, tàbí ìròyìn pé ẹni kan ní ìṣòro. Ìparí jẹ́ àtúnwọ̀n fún ìkọ̀wé tí ó ṣiṣẹ́. Ó máa orukọ bí apá tí ìfọwọ́sowọ́pọ̀, agbára, àkọsí, àti ìdáhùn rẹ̀ wà.

Nínú àwọn ilé Recovery Kernel, ìlànà ń gbẹ́kẹ̀lé ìṣe tí ó dára láti kópa pẹ̀lú. Wọ́n fún ènìyàn ní ọ̀nà láti máa wà nínú ìgbésí ayé láìṣe ìfàwọ̀ ara wọn, láìbẹ̀rẹ̀ sí iṣẹ́ tí ó ga lọ́wọ́, tàbí láì ṣe àkọsílẹ̀ tí kò dára ní ìrọ̀run wọn.

A boundary lè jẹ́ èyí tí ẹni kan máa sọ̀rọ̀, tí olùṣe ìgbòkègbodò máa kọ sílẹ̀, tí a bá ṣe nínú àkọsílẹ̀ ìpàdé náà, tàbí tí a bá fi orúkọ hàn fún gbogbo ilé. Iṣẹ́ náà kìí ṣe láti mú gbogbo ènìyàn wá sí ìdúró. Iṣẹ́ náà ni láti jẹ́ kí àkọsílẹ̀ ṣẹlẹ̀ láìsí ìbínú nípa ohun tí ó dára, ohun tí kò dára, àti ohun tí ẹni ènìyàn kan lè gbé lọ́wọ́.

Kí ló ṣe pàtàkì láti ní ìparí?

Láìdálẹ̀ àkọsílẹ̀, ẹgbẹ́ kìí ṣe ní ìbàjì, wọ́n lè di ẹyẹlẹ̀, tí ó ga sí iṣòro, tí ó nífẹ̀ẹ́ láti gbà ìrànlọ́wọ́, tí ó béèrè, tàbí tí ó dá àlàáfíà ní ìkìlọ̀. Ènìyàn lè kọba àkọsílẹ̀ wọn ni aráàlú láti jẹ́ ẹni tó ní ìgbéyẹ̀wò, láti ṣe é ṣe ìṣe àlàáfíà, láti gbéra pé kí wọ́n má fi ìpèjú tí ó dára sí ẹgbẹ́, tàbí láti mú kí ilé náà kò di ẹyẹlẹ̀.

Nígbà tí àwọn ìlànà bá nífẹ̀ẹ́, ìkan náà lè bẹ̀rẹ̀ láti dé bí ó ti ṣíṣọ̀kan nígbà tí ó ń di kò dára ní ìkìlọ̀. Àníyàn lè fi ohun púpọ̀ ju èyí tí wọ́n fẹ́ kí wọ́n fi hàn, gba àkọsílẹ̀ tí kò dá wọn láti yàn, gbé ìdáhùn sí àwọn ìròyìn tí kò jọ wọn, tàbí kí wọ́n dúró ní ìkìlọ̀ nítorí pé ṣí ìkọ́kọ́ kò dára bí ó ti pa ìṣe ègbẹ́.

Ìṣe ìgbàdúrà rere ń gbàgbọ́ àlàáfíà. Ó mú ìkan tí ó dára láti kópa sí iṣe èyí, kìí ṣe kí ó kún fún ìkùn. Àgọ̀ tí ó ní ìparí lè gbé ìrọ̀run, ìbànújẹ́, ìgbàdúrà, ìyìlẹ̀, ìjà, àti ìkìlọ̀ láraun sí iṣe èyí láìṣe kí ó yọ̀ọ̀ kankan nínú wọn sí ìwọ̀n.

Àbùkùn kan ni pé kí n lóyà

Àkọlé lè dá lórí ìkàlẹ̀, àkókò, ṣíṣe ohun tí kò ṣeé ṣe, iṣẹ́ ọkàn, ṣíṣe àkọsílẹ̀, ìgbadako láti tẹ̀síwájú, ìkọ̀wé, àlàáfíà ara, èdè, ìrọ̀rùn, ìlànà ohun tí a ní lati ṣe, àtúnṣe èdè, àti ìfọwọ́sí pé ẹni kan yóò ṣàlàyé ara rẹ̀ ju ohun tí ó ṣe pàtàkì lọ.

Ìparí lè jẹ́ ohun tí ó kọ sí ìwọ̀n nínú ohun kan tí ènìyàn fẹ́ sọ, ìwọ̀n nínú irú ìdáhùn tí wọ́n ní ìfẹ́ láti gbọ́, ìwọ̀n nínú àkókò tó lè máa dúró lórí ìtàn kan, tàbí ìwọ̀n nínú ohun tí ènìyàn fẹ́ kí ó ní ìṣòro lẹ́yìn tí ìgbóǹgbò náà bá parí.

Àkúnlẹ̀ náà lè jẹ́ ẹni tí ó wà nínú ìjọba náà nípa ara rẹ̀. Ìgbànújẹ́ lè ní àkúnlẹ̀ lórí ìṣòwò èyí, ìròyìn tó dára, ìdáhùn ìṣòro, ohun tí ó jẹ́ ìbẹ̀rẹ̀ ìpínlẹ̀, ìfọwọ́sowọ́pọ̀ àṣòṣò, ohun tí a bá sọ ní èrò pípé, tàbí ohun mìíràn tí yóò mú ilé náà kúrò láti iṣẹ́ ìgbàdúrà padà sí ìkúnlẹ̀ tó kò dára.

Iṣẹ́ àti ìlànà ti Àtẹ̀wọ̀n (Facilitator)

Olùṣe kò gbọdọ̀ ṣàkún àwọn ìlànà bí ìgbadúrà tí ó dára sí iṣẹ́ rẹ̀. Àwọn ìlànà jẹ́ ìparí iṣẹ́ rẹ̀. Wọ́n jẹ́ ọ̀nà kan lára àwọn ọ̀rọ̀ pàtàkì tí ilé kan yóò di ní ìgbàgbọ́ tó dára fún ènìyàn láti kópa láìsí ìbáṣọ̀ sí ara wọn.

Ìṣẹ́ rẹ ni láti mú àwọn ìparí rere wọní, kún ìbẹ̀rẹ̀ nípa ṣíṣe "kò" (no), kí o sì ran ilé náà mọ́ pé ìfọwọ́sowọ́pọ̀ àti ìlànà ń mú ìgbẹ́kẹ̀lé pọ̀ sí i dédá lọ́wọ́ láti fi kù. Àìparí kò nílò láti jẹ́ nǹkan tó ga ni kí ó lè jẹ́ kí wọ́n dómínà rẹ̀.

Nígbà tí ìparí bá dé, ṣìlẹ̀. Kọ́ orúkọ rẹ̀ nípa èyí tí ó jẹ́. Dúró láti gbèsè rẹ̀ láìṣe àwọn ènìyàn náà ṣe ìdánilójú rẹ̀. Lẹhin náà, mú kí àkámọ́ náà padà sí ìgbadokàn tó lè ṣiṣẹ́ níbẹ̀ inú ìparí tuntun náà. Èyí yìí kìí ṣe láti mú kí ìparí náà kún, èyí yìí ni láti jẹ́ kí àkámọ́ náà dá ara rẹ̀ nípa ìparí náà ní ọpọlọpọ̀.

Bá wo bí o ṣe lè ṣàkọyèsí ìdájọ́ àṣà (boundary pressure)

Ìgbà tí àkọlé ìparí máa rí níwájú nínú ìgbésẹ̀ kan pàdé pé ẹnikẹni kò sọ ọ̀rọ̀ "ìparí." Wáyé fún àwọn ènìyàn tó ń sọ ohun tí wọ́n kò gbọdọ̀ sọ, tó ń gbərdì ní ìgbésẹ̀ tó dára púpọ̀, tó ń ríràn nígbà tí wọ́n kò dára, tó ń dúró, tó ń ṣàkọ̀wé púpọ̀, tó ń mú ìparí wọn láti jẹ́ ohun tó nífẹ̀ẹ́, tàbí pé kí wọ́n máa ṣe ní ọ̀nà tí ó dára ju kókó lọ.

Ṣe ẹ kọ́ àwọn ohun tí ó wà ní àyíká lórí ènìyàn náà. Ìgbógun lè mú bí ìbéèrè tí ó tún, ìdágbàsókè tí a fi ṣe ìròyìn, èdè ègbàgbọ́ tí a lo láti mú kí àwọn ènìyàn ṣíṣe ní ìfọkànsí, ìyànsẹ̀ tí ó kún ìbànújẹ́ láìsí ìfọwọ́sowọ́pọ̀, tàbí ìlànà ẹgbẹ́ tí ó mú kí ìkọjá ṣeé ṣe bí ìṣe àlàáfíà.

Èmi kìí ṣeé gbọdọ̀ mọ bí yóò sọ pé, "Ìwọ náà pọ̀." Ó lè fi ìbẹ̀rẹ̀, ṣíṣu, ìbàbá, ìgbàgbọ́ ní àkókò kan, tàbí ìyípadà nínú ohùn rẹ̀ hàn. Àkọ̀wé yóò gbọdọ̀ ṣe àwọn ìsignál náà bí ìwé àkọsílẹ̀, kìí ṣe ìṣòro tí ó nílò láti ṣẹ̀lẹ̀.

Bá wo èdè nipa rẹ̀

Èdè ìparí yẹ kí ó jẹ́ èdè tí kò ní ìkìlọ̀, tí ó dára, àti tí ó mọ́ ohun tí ó wà. Kò nílò láti ṣàlàyé rẹ̀ púpọ̀. Èdè tàbí èdè tó rọrùn máa ń jẹ́ èdè tí ó gbọdọ̀ dára nítorí pé ó fún àkọlé náà ní ìparí tó dára láìṣe ìjàgbó.

Àwọn ìtumọ̀ tí ó ṣe pàtàkì nínú èyí ni: "Èyí kìí ṣe ohun tó jẹ́ ohun tó dájú." "A kò nílò àkọsílẹ̀ púpọ̀ ju èyí lọ." "O lè lọ." "Jẹ kí a rọrùn sí i." "Ìṣòwò náà wà ní ìbágbàrá tí ó wà láìní ìdáhùn ọjọ́ yìí." "Jọwọ́ má ṣe ṣàlàyé àlàjú bí ìfọwọ́sowọ́pọlẹ́." "O lè fi oríṣiríṣi náà hàn láìṣe ìtàn gbogbo."

Àwọn olùṣọ́ná lè ṣàkọ̀wé àyíká fún gbogbo ilé: "A ó máa dára níbẹ̀ nínú ìgbànújẹ́. "A kò ní lọ sí àkọsílẹ̀ tó ga." "A ó máa mú èyí wà ní ìlànà ìpàdé yìí." "Èyí ṣe pàtàkì, ó sì nílò àkọ̀wé tó dára ju èyí tí a wà lọ́wọ́ nísinsìnyí."

Gẹ́gẹ́ ki àkùkọ̀ vs ẹni kan

Láàrín nǹkan kan, ìparí jẹ́ ẹni kan. Láàrín nǹkan mìíràn, àkọlé gbogbo ni ó nílò rẹ̀. Mọ èyí. Ìparí ẹni kan ń dá àlàáfíà sí ìfọwọ́sowọ́pọ̀, agbára, tàbí ìdúpọ̀ ẹni náà. Ìparí àkọlé ń dá àlàáfíà sí àkọlé tí a nlóyí.

Olùṣe ìrànílò gbọdọ̀ máa lè pàṣẹ àkọsílẹ̀ ẹni kan láìṣe kí èyí náà ṣe ìdánilójú rẹ̀ sí ẹgbẹ́. Èyí kò nílò láti fi hàn pé àkọsílẹ̀ náà dára ṣáájú tí ilé-iṣẹ́ yóò dúpẹ́ rẹ̀.

Agbegbe àkọ́kọ̀ lè ṣeé ṣe nígbà tí ẹgbẹ́ bá ń lọ pẹ̀lú ìrọrùn, bá di àwọn olóògbóyè (voyeuristic), bá ṣíṣẹ̀ sí ìtọ́sọ́nà, bá gbé sọní ìjà, tàbí pé ó ṣe ékọ́ ìtàn ẹni kan bí ohun tí

gbogbo ènìyàn máa ṣe ìròyìn. Nínú àkókò wọ̀nyí, olùṣe-ẹ̀kọ́ yóò jẹ́ pé agbegbe náà ni ìlò ìjọba (structural need), kìí ṣe ìgbadime ara ẹni nínú ènìyàn kan.

Àkúnlẹ̀

Ìparí kò dá àlàjú, ìfọwọ́sí, tàbí ìṣe tó dára nípa. Ó mú ìparí tí ó rọrùn sí i. Nígbà mìíràn ènìyàn kò fẹ́ ìparí náà. Èyí kìí ṣe ìdánilójú pé ìparí náà jẹ́ nǹkan mìíràn.

Ìbéèrè náà ni pé ìparí náà ń ṣe ìgbésẹ̀ àlàáfíà, ìfọwọ́sí, àti ìṣòwò tí ó ṣiṣe. Ìparí tí ó dára lè mú ẹni padà, pa àkọlé sílẹ̀, tàbí kí ó málára àkọsílẹ̀ tí a ti rí tẹ́lẹ̀. Ìdúró yìí lè jẹ́ ìgbésẹ̀ nígbà tí èyí tí ó gbajúmọ̀ bá ṣètò láti dáwọ́n sí iṣẹ́, bí ìparí náà bá má ṣìlá àlàáfíà àti ìtọ́ka.

Agbàlà kò gbọdọ̀ lo láti ṣakọ́kọ́ àwọn ènìyàn nípa ìdìbò tí kò yẹ, láti gbàdúrà gbogbo ìṣòro, láti dá ẹni tó nífẹ̀ẹ́ sílẹ̀, tàbí láti ṣí ìgbésẹ̀ ìwé-ìgbà. Agbàlà jọ̀n ní ìgbógun nígbà tí ó máa jẹ́ pé ohun tí a nílò kí ó sì dára nípa ẹni tó nírò sí i, àti pé ó dára nípa ẹnikẹni tí a ń fi ìṣe, ìfọwọ́sowọ́pọ̀, tàbí ìgbésẹ̀ rẹ̀ hàn.

Ohun tí ó kò dára láti ṣe

- Má ṣe fi ìbẹ̀rẹ̀ sí ènìyàn nítorí pé wọ́n nílò àkọsí.
- Má ṣe ṣàlàyé ìṣe àlàáfíà bí ìfẹ́.
- Má fi ìdàgbàsókò nípa orúkọ òtítọ́.
- Má ṣe ṣàkún ìyẹtọ̀ pé ó dára sí iye pé kò gbọdọ̀ jẹ́ kí ó ga ju ìṣe pé kìí lọ.
- Má ṣe mú ènìyàn ṣọ̀rọ̀ láti gbàgbọ́ ìlúkọ̀ tí ó ní láti jẹ́ kí á dúpẹ̀ rẹ̀.
- Má lo ìpínlẹ̀ ẹgbẹ́ gẹ́gẹ́ bí ohun tí ó ní láti mú ènìyàn kùkù sí ìdájọ́ rẹ̀.
- Má ṣe ṣàlàyé ìdánilẹ̀, ìkúnlẹ̀, inú rẹ, tàbí ìgbési ayé bí ìfọwọ́sowọ́pọ̀.
- Má ṣe tún ìparí nǹkan kan sí ètò ìjà ẹgbẹ́, ṣugbọn nígbà tí ìparí náà bá ṣe é ṣe pẹ̀lú ìjọba tó kọjá, ó sì gbọdọ̀ fúnni ní àkọlé láti orí ìṣe àlàáfíà.

Kàràrá-Àṣà Àtúnṣe Fun Àlàyé (Facilitator Quick Use Card)

Àkọlẹ.	Èdè Àṣàrẹlẹ
Nígbà tí	Olùkọkan kan múra bi ẹni tí ó ní ìdàgbàsókè, tí ó ti dé sí iṣẹ́ púpọ̀, tí ó gbọdọ̀ tẹ̀lé, tí ó dúró, tabi tí kò rí dájúdájú; ẹgbẹ́ náà ń béèrè nǹkan ju èrò tí ènìyàn náà ti fi hàn lọ́wọ́; ilé-iṣẹ́ náà ń lọ sí àlàáfíà láti ìlànà; tabi ìlànà náà nílò ìkùnà tó dára.
Ìgbésẹ̀ àkọ́kọ́	Ṣe ààkọ̀hù náà dúró. Kọ́ ohun tí ó jẹ́ ìdáhùn ilẹ̀ lọ́wọ́ láìṣe èṣẹ̀ ẹnikẹ́ni. Bẹ̀rẹ̀ ìgbadé tó pọ̀. Fun ẹlẹ́ṣẹ̀ ní ìlẹ̀kẹ̀ láti kọjá, láti dáwọ́, tàbí láti ṣípò ohun tí kọjá.
Èdè tó dára jùlọ	O lè pe ìparí náà láìṣe àkọsílẹ̀ gbogbo ìtàn náà.
Ṣíṣe àkọlé ilé	A kọjá láti dúró pẹ̀lú ìfọwọ́sowọ́pọ̀, àkọlé, àti ohùn kan nígbà kan.
Ṣifẹ àkúti náà	Ṣe orukọ ilẹ̀ tuntun náà, ṣàlàyé pé owo náà lè tẹ̀ sí i níbẹ̀, kí o sì lọ pẹ̀lú nítorí kíkún èrò ẹni náà láti gbìyànjú ìparí.

Àkọlẹ ìtàn: US Master ni pé akọlẹ Gẹ́ẹ́sì kan tí ó jẹ́ àkọlẹ fun ìgbésẹ̀ síwájú ní èdè ọ̀kànlọ́gọ́ 40.